

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

16 декабря 2024

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
Завтрак							
119/2008	Каша "Дружба" вязкая с маслом	200/6	24,00	223,44	6,18	9,98	26,73
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	81,1	3,55	0,47	22,71
Итого:			31,00	364,54	9,93	10,55	64,44
Обед							
3/2008	Салат из св. огурцов и помидоров	60	12,00	98	3,25	6,92	7,66
60/2008	Уха со взбитым яйцом	250/6	32,00	136,5	5,70	9,9	13,3
401/1994	Гуляш из свинины	79/75	83,00	222,07	9,80	10,8	3,4
255/1994	Каша гречневая рассыпчатая	200	17,00	247	4,3	5,5	45,1
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	207	6,00	62,1	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	7,00	162,20	7,10	0,94	45,42
Итого:			157,00	927,87	30,45	34,06	122,42
Всего			188,00	1292,41	40,38	44,61	186,86

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

17 декабря 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
Завтрак							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	13,00	78,00	6,00	5,5	0,3
257/1994	Каша "Геркулес" молочная с маслом	200/6	25,00	211,60	6,20	6,3	28,7
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	81,1	4,1	0,6	26,4
Итого:			48,00	430,70	12,40	12,5	70,4
Обед							
ТТК	Маффин	65	20,00	384	7,80	16,2	55
ТТК	Пуштые шyd с курицей	250/6	26,00	156	3,70	4,3	16,8
423/1994	Тефтели из говядины с рисом с соусом	75/50	60,00	199,5	8,40	18,3	0,3
97/2008	Макароньы отварные	200	20,00	242,84	4,45	9,72	31,32
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	165,80	5,30	0,4	35,1
Итого:			140,00	1210,14	29,95	48,92	153,7
Всего			188,00	1640,84	42,35	61,42	224,1

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ " СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П.Штин

Зав.произв.И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

18 декабря 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белк и	жир ы	угле воды
Завтрак							
297/1994	Запеканка из творога со сгущ.молоком	100/20	58,00	296,48	17,70	9	16,1
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
Итого:			61,00	356,48	17,90	9,1	31,1
Обед							
ТТК	огурцы свежие	20	3,00	32,5	0,60	0,25	5,05
41/2008	Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	17,00	134	6,80	4,1	7,6
ТТК	Поджарка куриная	75/25	80,00	247	7,50	12,9	5,04
ТТК	Рис "Кус-Кус"	150	16,00	281,9	4,80	8,5	50,1
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	592,96	35,40	18	32,2
Итого:			127,00	1348,36	55,30	43,9	115
Всего			188,00	1704,84	73,20	53	146

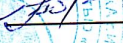
СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

 Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова 



МЕНЮ

Лицей №82

19 декабря 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	белки	жиры	углев оды
Завтрак							
ТТК	Яйцо вареное	1 шт	13,00	78,00	6,00	5,5	0,3
257/1994	Каша пшеничная молочная с маслом	200/6	22,00	260,80	8,3	7,9	36,3
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60	0,2	0,1	15
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	81,10	4,1	0,6	26,4
Итого:			42,00	479,90	18,60	14,1	78
Обед							
ТТК	Салат из капусты и св. помидоров с маслом	70	14,00	160,5	5,03	2,63	28,73
39/2008	Борщ из св. капусты с картофелем со сметаной	250/10	25,00	137	3,90	7,1	12,9
ТТК	Отбивная куриная с сыром	75	75,00	185,5	12,20	12,83	7,13
97/2008	Спагетти отварные	180	18,00	218	4,20	9	29,2
629/1994	Чай с сахаром с лимоном	200/7	6,00	62	0,3	0	15,2
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	959,80	37,20	28,2	156
Итого:			146,00	1722,80	62,83	59,76	249,2
Всего			188,00	2202,70	81,43	73,86	327,2

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СЛ № 82"

Чернова Е.И.

ООО "Митра"

Директор А.П. Штин

Зав.произв. И.В. Суховерхова



МЕНЮ

Лицей №82

20 декабря 2024 г

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход /грамм/	Цена /руб.коп./	ЭЦ /ккал/	Б	Ж	У
Завтрак							
ТТК	Сыр твердый	10	11,00	75,40	4,90	5,6	0
257/1994	Каша манная молочная с маслом	200/6	22,00	244,20	7,30	6,37	36,8
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60,00	0,20	0,10	15,00
ТТК	Хлеб пшеничный	35	4,00	81,07	4,13	0,55	26,41
	Итого:		40,00	460,67	16,53	12,62	78,21
Обед							
3/2008	Салат из св. огурцов и помидоров	90	21,00	42	0,63	3,5	2,8
51/2008	Суп-лапша с помидорами с курицей	250/12,5	30,00	220,2	11,1	10	7,8
403/1994	Плов из свинины	250	86,00	490,2	7,50	9,1	13,7
628/1994	Чай с сахаром	200	3,00	60,00	0,20	0,10	15,00
ТТК	Хлеб пшеничный	70	8,00	138,98	5,90	0,79	37,73
	Итого:		148,00	951,38	25,33	23,49	77,03
	Всего		188,00	1412,05	41,86	36,11	155,24